O desafio da alimentação saudável: luxo para poucos ou hábito acessível?

PROPOSTA

A partir da leitura dos textos motivadores seguintes e com base nos conhecimentos construídos ao longo de sua formação, redija texto dissertativo-argumentativo em norma padrão da língua portuguesa sobre o tema: ***O desafio da alimentação saudável: luxo para poucos ou hábito acessível?*** *Apresente proposta de intervenção, que respeite os direitos humanos. Selecione, organize e relacione, de forma coerente e coesa, argumentos e fatos para defesa de seu ponto de vista.*

TEXTO 1

A recomendação de porções diárias de frutas e hortaliças faz bem para a saúde, mas pesa no bolso. Esta foi a percepção de famílias de Florianópolis (SC) pesquisadas em estudo da Universidade Federal de Santa Catarina. No total, 85,6% dos 215 pais de estudantes de escolas públicas consideraram caro o preço de frutas e hortaliças e apenas um terço afirmou consumir regularmente alimentos saudáveis. Na maior rede de supermercados da cidade, um pé de alface custa até 3 reais, preço médio de um cachorro quente.

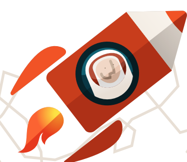
De acordo com a nutricionista Maria Caroline Moreira, autora do estudo, embora os pais saibam o que é um alimento saudável, eles não os elegem para composição da dieta da família. "Não é falta de conhecimento. Entre a informação e a ação existe um abismo", disse. Para ela, o dado mostra que estratégias focadas apenas da educação nutricional podem não ser suficientes. São necessárias ações voltadas para facilitar a aquisição de alimentos saudáveis. "Uma estratégia seria taxar alimentos não saudáveis. Se frutas e hortaliças estão mais caras que alimentos industrializados, é preciso reverter este quadro", disse.

[...]Mesmo com o fator financeiro sendo apresentado como tão importante na hora da decisão de compra de alimentos, a nutricionista Giovanna Fiates, orientadora do estudo de Maria Caroline, afirma que é preciso levar em conta também o marketing de alimentos processados e até mesmo a pressão social. "Além do preço, tem também a questão do marketing destes alimentos. É preciso ainda levar em conta a questão afetiva de o pai querer agradar o filho com um doce, nunca com uma fruta", disse.
Fonte:
http://saude.ig.com.br/minhasaude/2013-12-23/comida-saudavel-pesa-no-bolso-afirma-estudo-realizado-no-brasil.html

TEXTO 2

[...] Quer sair do supermercado sem esvaziar totalmente a carteira? A nutricionista diz que na feira ou mercado, o ideal é optar pelas frutas, verduras e legumes da estação, pois são mais baratos e saborosos. Na hora de escolher a carne, não se atenha as ideias pré-concebidas, saia da ideia de que apenas as carnes vermelhas e o frango podem estar presentes no seu dia a dia, alguns peixes também possuem o preço bem acessíveis. "Não é porque você vai comer peixe que ele tem que ser salmão. Peixes como a sardinha, por exemplo, são ótimas fonte de proteínas e ômega 3, o que protege o seu coração das doenças cardíacas", conclui.

Fonte: http://www.maisequilibrio.com.br/nutricao/e-caro-ser-saudavel-1899.html



TEXTO 3



Fonte: http://gastronomiaeoutrasfolias.blogspot.com.br/2012/06/alimentos-organicos-verdades-e-mentiras.html

TEXTO 3

O brasileiro não aproveita a refeição fora de casa para comer melhor, porque muitas vezes esse consumo está diretamente associado ao lazer e, consequentemente, à busca pelo prazer. É por isso que o percentual de consumo fora do domicílio mais elevado encontrado foi o de cerveja, com 63,6%.

[...] Em relação ao percentual de consumo fora do domicílio nas regiões, o consumo de batata frita foi muito maior no Nordeste (72,2%), do que nas demais regiões. O consumo de massas fora do domicílio foi quatro vezes maior na Região Centro-Oeste (27,9%) do que no Norte (7,6%). No Sul, o destaque foi de outros pescados (69,5%), pães, bolos e biscoitos diet/light (48,3%) e linguiça (27,0%). No Norte, 91,5% do consumo de cerveja e 96,2% dos salgadinhos industrializados ocorreram fora do domicilio, da mesma forma que 72,6% do consumo de vinho no Nordeste.

Juntando-se todo o consumo de alimentos por regiões, dentro e fora de casa, o IBGE constatou que na área rural o consumo de arroz, feijão, peixes frescos e farinha de mandioca é superior ao ingerido nas áreas urbanas. Em contraste, nas cidades o consumo de refrigerantes foi bem maior, assim como o de pão de sal, cerveja e sanduíches.

Fonte: http://www.valor.com.br/brasil/203181/brasileiro-come-mal-fora-de-casa-mostra-ibge

ORIENTAÇÕES PARA A ELABORAÇÃO DO TEXTO

Receberá nota zero, em qualquer das situações expressas a seguir, a redação que:

- Tiver até 7 (sete) linhas escritas, sendo considerada "insuficiente".
- A redação que fugir ao tema ou que não atender ao tipo dissertativo-argumentativo.
- Apresentar proposta de intervenção que desrespeite os direitos humanos.

SOBRE O PROJETO REDAÇÃO

O Projeto Redação cá está para ajudá-lo a realizar o seu sonho. Acreditamos na colaboração mútua como meio de evolução e nossa proposta é trabalhamos de forma a orientar sua experiência com temas e avaliações que sejam as mais próximas possíveis do Enem.